

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ №3 г. Поронайска

Скрипник А.А./

МЕНЮ

22 января 2025 г.

Инвалид

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	17,19	7,30	10,70	33,00	257,00
2011	281	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	100	39,55	10,20	18,00	8,40	236,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,52	2,00	0,30	12,70	61,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	40	3,40	3,10	0,30	20,10	95,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,54	0,20	0,00	11,10	45,00
Итого				64,20	22,80	29,30	85,30	694,00
Обед								
2011	101	СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ	250	14,04	5,10	6,50	9,20	264,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	13,14	6,60	6,40	41,80	251,00
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	55,18	20,60	13,80	6,70	258,00
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	18,65	5,00	9,80	7,40	138,00
2011	2	ХЛЕБ ОСТРОВНОЙ	70	5,95	5,30	0,40	35,10	166,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,37	2,70	0,40	17,00	82,00
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	17,77	1,00	0,20	19,60	83,00
2008		ГРУША	100	35,05	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого				163,15	46,70	37,80	147,10	1 289,00
Всего				227,35	69,50	67,10	232,40	1 983,00